

Soupe de petits pois et girolles, coques et rouget cuits à la pierre de sel



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 personne

Référence	Ingrédients	Quantité
6514	Filet de rouget-barbet cinnabare avec peau sans arêtes 40/80 g	60 Gramme
237714	Moules entières BIO d'Irlande cuites dans leur jus 80/100 Bon&Engagé	60 Gramme
237611	Petits pois doux très fins CE2 2,5 kg Minute Bonduelle	80 Gramme
1277	Girolles entières 1 kg	60 Gramme
244565	Poireaux en rondelles 2,5 kg Bon&Engagé	15 Gramme
7468	Oignons émincés 2,5 kg Bonduelle	10 Gramme
291450	Beurre doux bloc 82% MG 5 kg	10 Gramme
97440	Jus d'orange 25 cl Andros	0.01 Litre
	Coques	30 Gramme
	Ail des ours	1 Pièce
	Fumet de poisson	0.1 Litre
	Salicorne	10 Gramme
	Croutons	40 Gramme
	Sel, poivre	PM

Etapes de préparation

- 1 Cuire les girolles par ébullition dans un jus d'orange, une fois le jus complètement évaporé, apporter l'assaisonnement et réserver.
- 2 Faire suer les petits pois au beurre, ajouter les oignons, les poireaux émincés, l'ail des ours et une partie des girolles précédemment préparées.
- 3 Mouiller au fumet de poisson et mixer jusqu'à obtention d'une soupe lisse. Assaisonner et réserver.
- 4 Mettre la pierre de sel au four à chaleur sèche, température conseillée à 220°C, déposer les coques et les filets de rouget.

Soupe de petits pois et girolles, coques et rouget cuits à la pierre de sel

- 5 Ne pas saler en sortie de four, mais poivrer uniquement.
- 6 Passer les moules quelques instants au four à chaleur sèche, surtout ne pas les recuire, réserver.
- 7 Dressage, en finition : ajouter des salicornes, girolles et quelques croustons.

L'astuce du Chef



Cuire les girolles dans un jus d'orange évitera l'amertume naturelle du champignon et les parfamera subtilement.
La cuisson sur pierre de sel permet d'assaisonner les filets de poisson et apporte une texture différente au rouget tout en l'assaisonnant délicatement.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid